

MACH DEN ERSTEN SCHRITT

A photograph of four people walking away from the camera on a dirt path in a forest. From left to right: a person in a red puffer jacket, a person in a white patterned poncho, a person in a black top and brown leggings, and a person in a grey and black long-sleeved shirt and black shorts. The path is covered in dry pine needles and leads into a wooded area with tall trees.

WALK & TALK

FÜR MENSCHEN MIT
ANGSTERKRANKUNGEN

IN AUGSBURG

Walk & Talk sind...

- ... leichte Spaziergänge zum Austausch und Beisammensein
- ... gedacht für Menschen mit Angsterkrankung
- ... mit Verständnis auf Augenhöhe - ohne Therapie, ohne Druck
- ... ein kostenloses Angebot der Deutschen Angst-Hilfe e.V.

LOSGEHEN
UND MERKEN:
**ICH BIN NICHT
ALLEIN!**

Alle Infos unter:

WWW.ANGSTSELBSTHILFE.DE/WALK-AND-TALK